

3月配膳図



東温市学校給食センター

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
3日	4日	5日	6日	7日
10	11	12	13	14
17	18	19	20	21
24	3/3 ひな祭り			

川上小学校
和田莉桜さん・上野詩奈さんのメニュー

中学3年生 リクエスト給食

春分の日



小学6年生 リクエスト給食

しらさぎ 白坂 ふうま 楓馬選手



僕たち愛媛FCがメニューを考えました。
「野菜たっぷりキーマカレー」は、ミンチとみじん切りにしたセロリ、玉ねぎ、にんじん、かぼちゃ、ピーマン、エリンギ、トマトを一緒に煮込んだ、栄養満点なカレーです。また、鉄分補給のため、レバーも入っています。
元気な体作りには、栄養バランスのよい食事が欠かせません。残さず食べて、3月も元気に過ごしましょう！

3月3日は「ひな祭り」。女の子の健やかな成長を願ってお祝いをする日本の伝統行事です。現在のように、ひな人形を飾ようになったのは江戸時代のこと、もとは人形を身代わりにして邪気をはらう「流しひな」が起源とされます。行事食として、ちらしずし、はまぐりのお吸い物、ひしもち、ひなあられなど、華やかな食べ物が並びます。



はまぐりのお吸い物



ちらしずし



ひしもち

ひしもちの意味

地域によって違いが見られますが、「緑・白・桃」の3色のもちを重ねたものが定番です。これは雪の下から新芽が芽吹き、桃の花が咲くという、春の様子を表現しています。また、緑色には健康、白色には清浄、桃色には魔除けの願いが込められています。ひなあられは、もとはひしもちを砕いて作られていました。



ひなあられ

